(LIVE) PHÁP ĐÀM CUỐI KHOÁ THIỀN 9 NGÀY 18 -26/3 CHÙA TRƯỜNG HUỆ + KHOÁ THIỀN 4 NGÀY 23-26 3 Ở 519 Kim Mã. 26 thg 3, 2023

Link:

https://www.youtube.com/watch?v=OhCyt7t-rC4

Câu 1. Con xin sư hoan hỷ hướng dẫn con vấn đề sau, anh bạn cùng phòng con ngủ ngáy rất to. Sau khi học đến bài 10 thì con đã thực hành khi ngủ: ngậm chặt răng lưỡi, chú tâm ghi nhận cảm giác toàn thân theo hơi thở, còn tiếng ngáy thì con chỉ ghi nhận nhưng không còn phản ứng gì, không suy nghĩ đến nhưng kết quả con vẫn bị ảnh hưởng và mất ngủ nguyên đêm. Vậy sư cho con hỏi con phải thực hành như thế nào để có thể chú tâm mà không bị ảnh hưởng bởi sự việc xung quanh. Con muốn học được cách rèn luyện để xử lý vấn đề có tính chất liên quan như vậy, đặc biệt trong công việc con luôn cần sự chú tâm.

Trả lời:

Quý vị thấy rằng âm thanh chi phối con người rất nhiều. Nếu lộ trình tâm Bát Tà Đạo thì âm thanh hay thì thích, âm thanh dở thì ghét. Chính thích, ghét đó làm cho

con người khổ, vui với đối tượng âm thanh, đối tượng của thực tại.

Trường hợp sinh hoạt chung với nhau, ngủ chung với nhau trong cùng một phòng, cùng một không gian mà ngủ ngáy thì có rất nhiều và ảnh hưởng đến người khác, làm cho những người nghe tiếng ngáy đó đa phần không thể nào tiếp tục ngủ. Bởi vì lúc đó cảm giác âm thanh rất nổi bật. Đặc biệt người bình thường khi mà nghe âm thanh đó thì bực bội khởi lên, ảnh hưởng đến giấc ngủ của mình cho nên bực bội càng tăng trưởng và do bực bội đó cho nên không thể nào ngủ được.

Vậy thì khi đó quý vị thực hành ngậm chặt răng lưỡi, rồi thở ra từ từ nhè nhẹ, nằm nghiêng hoặc nằm ngửa, đặc biệt là nằm nghiêng thì tốt hơn. Quý vị thở ra từ từ nhè nhẹ thì vài phút là có thể vào Định liền. Định này có thể là Sơ thiền, nhưng

mà định Sơ thiền này Hỷ lạc cũng rất mạnh nên khi vào định được quý vị sẽ thấy thoải mái ngay. Khi đó các âm thanh hay các đối tượng khác tuy vẫn thấy, vẫn nghe, vẫn cảm nhận những âm thanh nổi trội như tiếng ngáy kia nhưng mà không còn thái độ phản ứng với âm thanh đó nữa. Cho nên mình giải thoát khỏi cái khổ, giải thoát khỏi âm thanh đó. Không có thái độ thích, ghét nó, không dính mắc, ràng buộc, bình thản đối với nó.

Đương nhiên, như quý vị mô tả là vẫn mất ngủ, thì điều này cũng dĩ nhiên, vì âm thanh lớn quá, quý vị **phải thực hành liên tục** mới vào định được, **mới thoát ra khỏi sự chi phối của cảm giác âm thanh đó**. Có thể quý vị cũng không thể ngủ được nhưng mà không có cái khổ của mất ngủ và đặc biệt khi tỉnh dậy buổi sáng thì không có uể oải, không có bực bội, không có mệt mỏi như là không ngủ được suốt đêm như xưa. Quý vị vẫn cảm thấy

khỏe khoắn, vẫn cảm thấy thoải mái. Có thể là suốt đêm không ngủ thì có hơi khác một chút nhưng mà tâm trạng tích cực, thoải mái chứ không phải là trạng thái uể oải, khổ sở do mất ngủ cả đêm như quý vị từng kinh nghiệm.

Quý vị ngậm chặt răng lưỡi rồi nhớ đến thở ra từ từ, nhè nhẹ thì lúc đó chú tâm cảm giác thở vô, rồi tiếp đến là chú tâm vào đoạn ngưng thở, cảm giác ngưng thở, rồi chú tâm vào cảm giác thở ra, rồi hết cảm giác thở ra, rồi chú tâm đến răng rồi các cái đối tượng khác theo vòng là **“vô - ra - răng”** như vậy rất dễ dàng, tự động vào định. Cho nên khi nằm xuống mà không có âm thanh lớn, không có tiếng ngáy xung quanh thì quý vị chỉ cần ngậm chặt răng lưỡi, nhớ đến thở ra từ từ, nhè nhẹ chỉ vài ba phút là đi vào giấc ngủ rất sâu, rất thoải mái.

Trong cuộc sống quý vị phải chú tâm vào công việc thì bây giờ chỉ thêm chú tâm vào cảm giác răng lưỡi đang ngậm chặt thì quý vị vẫn chú tâm vào công việc, vẫn giải quyết công việc đó một cách chính xác nhưng mà khác trước đây. Trước đây quý vị chú tâm liên tục mà tập trung vào công việc, tập trung vào đối tượng, còn **bây giờ quý vị chú tâm liên tục nhưng mà vừa chú tâm vào công việc, vừa chú tâm vào đối tượng, lại vừa chú tâm cảm giác răng lưỡi. Tức là chú tâm cảm giác toàn thân tự động khởi lên thì lúc đó quý vị kinh nghiệm thực hành chú tâm liên tục không tập trung.** Quý vị sẽ thấy rằng giải quyết công việc gì, làm cái gì cũng thoải mái cả, có cái vui nhè nhẹ.

Quý vị tiếp tục rèn luyện trong công việc là nhớ đến ngậm chặt răng lưỡi rồi nhắc thầm “răng, răng” theo nhịp rồi chú tâm vào giải quyết công việc. Lúc nào cũng

thực hành cho được vừa chú tâm vào công việc, vừa chú tâm vào cái cảm giác răng lưỡi thì lúc đó quý vị sẽ giải quyết mọi việc rất là thoải mái, nhẹ nhàng, có cái vui nhè nhẹ khởi lên.

Câu 2. Thưa Sư hôm nay học về thực tại là cảm giác, con thấy cảm giác sinh lên rồi diệt đi ngay lập tức. Con thấy cảm giác vô thường rồi thưa sư, con cũng thấy cơ thể tương tác với vật thực, tương tác với nhiệt và các tế bào sinh diệt. Cơ thể một khắc sau đã không còn là cơ thể của một khắc trước, con cũng thấy được lộ trình tâm Bát Tà Đạo có tham sân si, có phiền não, khổ đau, có vui, có khổ nhưng cái vui đó là vui của tham, vui bất thiện và đưa đến khổ. Chỉ có cái vui của tâm tỉnh giác là cái vui không bị ô nhiễm, con cảm thấy con đã thấy con đường, con kính biết ơn Sư.

Trả lời

Đây là một trải nghiệm rất chính xác, quý vị nên tiếp tục phát huy trải nghiệm này vào trong cuộc sống của mình. Không những hàng ngày quý vị tọa thiền vào buổi sáng, buổi tối mà quý vị thực hành **mọi tư thế đi đứng nằm ngồi** trong cuộc sống và nhớ rằng: tư thế đứng, tư thế ngồi, tư thế nằm đều nhớ đến ngậm chặt răng lưỡi và nhớ thở ra từ từ, nhè nhẹ, một cách tự nhiên, chỉ một lúc là trí nhớ nó tự động và có thể là nhắc thêm là “răng, răng” theo nhịp. Kết hợp cả hai cái đó thì tọa thiền lúc nào quý vị cũng vào định được và cùng với cái định đó quý vị quán Thọ, quán Tâm, Quán pháp thì quý vị sẽ kinh nghiệm được sâu sắc hơn, toàn triệt hơn nữa.

Trong cuộc sống, quý vị chỉ cần nhớ đến ngậm chặt răng lưỡi rồi nhắc thầm “răng, răng” theo nhịp trong mọi tư thế đi, đứng, nằm, ngồi, trong mọi công việc, trong mọi

sinh hoạt. Quý vị cứ tiếp tục thực hành để tăng cường trải nghiệm của mình lên.

Câu 3: Thưa sư khi tọa thiền mặc dù không hoạt động thể chất, chỉ ngồi bất động nhưng con cảm thấy cơ thể luôn nóng lên so với trước khi ngồi thiền, đặc biệt là khi chuẩn bị vào định và khi chuyển lên các tầng định cao hơn cơ thể con lại tỏa nhiệt mạnh hơn nữa, từ giữa lưng lên đỉnh đầu giống như là đang hoạt động thể chất nặng, mong Sư khai minh giúp con. Những hiện tượng như vậy là bình thường hay do con đang thực hành sai phương pháp? Con vẫn vào các tầng định Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền một cách bình thường như mô tả, sau khi vào định thì nhiệt độ cơ thể giảm dần. Theo con suy luận, đương nhiên là lý luận suông trong vô minh ạ, sự nóng lên là do cơ thể chuyển hóa năng lượng từ thô lên vi tế để cơ thể cảm nhận được sau khi thiền xong con cảm thấy năng lượng có tiêu hao và cảm thấy đói nhanh hơn so với khi không hoạt động gì,

mong Sư hoan hỷ giải thích giúp con cơ chế hoạt động của hiện tượng này nếu được ạ?

Trả lời

Điều này quý vị cũng kinh nghiệm rất chính xác, thường là khi mà quý vị bắt đầu vào tọa thiền một lúc thì quý vị cảm thấy rằng là cơ thể cảm nhận cái cảm giác nóng lên. Có lúc thì nóng lên ít, có lúc thì nóng lên nhiều, đó là một quy trình xảy ra đa phần là như vậy. Bản thân tôi cũng cảm nhận giống như quý vị. Ngồi xuống một lúc là bắt đầu cảm nhận cảm giác nóng lên, nhưng mà sau khi vào định rồi thì dần dần mới ổn định trở lại.

Khi bắt đầu quý vị sẽ cảm thấy các cảm giác thở vô, thở ra, cảm giác chuyển động trên cơ thể rất mạnh, rất thô. Chính sự tương tác đó và đặc biệt là sự chú tâm liên tục sẽ gây nên các nội xúc, các tương tác

làm phát sinh những cảm giác nhiệt đó, điều này là bình thường.

Sau này khi thực hành thuần thục ở mức độ cao thì ngồi một lúc là vào được Sơ thiền, Nhị thiền rồi lên Tam thiền, Tứ thiền. Khi lên được Tam thiền và Tứ thiền rồi thì những tương tác nội xúc đó nó sẽ ít hơn nên nhiệt độ cơ thể sẽ giảm dần.

Điều này chỉ cần hiểu như vậy bởi vì **vấn đề chính là quý vị đạt được chánh định**, đạt được Sơ thiền, Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền trong khi quý vị ngồi thì quý vị kinh nghiệm được cho dù là cơ thể có xảy ra cái gì, cảm giác trên thân như thế nào đều không còn chi phối quý vị nữa, quý vị giải thoát khỏi các cảm giác đó. Cho nên quý vị tiếp tục phát huy sự thực hành đó là được.

Câu 4. Thưa Sư ngày hôm qua khi ngồi thiền tự dưng con cảm thấy rất nặng ở ngực, giống như có cục đá nặng kéo xuống. Mặc dù vẫn ở trong định và lên các tầng định bình thường, lúc thiền nằm khi vào định thì cảm giác như có vật nặng đè lên ngực và hơi khó thở, khi thiền hành thỉnh thoảng con cũng bị như vậy. Mong sư hướng dẫn con cách để cải thiện tình trạng này ạ?

Trả lời

Tình trạng này gọi là tình trạng bất thường, nó không bình thường nhưng rồi nó sẽ chóng qua thôi. Quý vị cứ thực hành bình thường, **khi có những đối tượng nổi trội như vậy thì quý vị quán Thọ, quán Tâm để những đối tượng nổi trội, những cảm giác nổi trội đó không chi phối**. Quý vị cứ để bình thường rồi khi xuất hiện các cảm giác nổi trội đó thì trí nhớ chánh, chánh niệm khởi lên

quán đó là cảm giác thì sẽ thấy nó xuất hiện một lúc thôi rồi dần dần là bình thường, nó không xảy ra liên tục, nó sẽ sớm chấm dứt thôi.

Câu 5. Thưa Sư về Cảm giác pháp trần theo con hiểu trong bài giảng là do ý tiếp xúc với pháp tạo nên. Pháp là thông tin nằm trong bộ nhớ được lưu trữ trong tế bào ADN, đối với những Cảm giác pháp trần trong trí nhớ hoặc trí tưởng tượng do mình tác ý tạo ra thì bình thường, nhưng nhiều lúc con cũng có những Cảm giác pháp trần về những cảnh tượng chưa bao giờ xuất hiện và chưa bao giờ nghĩ tới ở trong kiếp sống hiện tại. Như vậy liệu có phải đó là những cảm giác được tạo ra từ thông tin có trong bộ nhớ của mình từ nhiều đời kiếp hoặc trong lúc đang còn là thức tái sinh hay không ạ?

Cảm giác pháp trần khởi lên cho dù gì đi nữa thì quý vị cũng hiểu rằng là do

Ý tiếp xúc với Pháp mà phát sinh ra, và nó là Tâm chứ không phải là vật. Ta tạm gọi là cảnh ảo chứ không phải là cảnh thật như chúng ta đã nghiên cứu, đã học, đã trải nghiệm. Tuy nhiên ta không thể nào nhớ hết được là từ nhỏ đến bây giờ ta thấy những gì, cho nên có thể là sự tương tác giữa thông tin pháp trần với ý căn nó có thể là những thông tin ở trong bộ nhớ đã lâu rồi ta không nhớ được, hoặc là những thông tin đó thuộc về tiền kiếp, cái đó chúng ta cũng không thể nào biết được nhưng mà cũng không cần tìm hiểu nó làm cái gì.

Trong bộ nhớ nó cũng có cái tương tác thông tin nữa, tương tác giữa các thông tin với nhau thì nó phát sinh thông tin mới. Vì vậy nó có thể là lưu lại trong quá trình tư duy, trong quá trình niệm, trong các cái tâm hành. Nó là sự tương tác giữa các lượng thông tin trong bộ nhớ, nó phát sinh ra lượng thông tin

khác. Chính những thông tin phát sinh đó nó lại lưu vào trong bộ nhớ, lại làm chất liệu cho ý tiếp xúc với thông tin pháp trần đó phát sinh những các cảm giác pháp trần mới lạ hoàn toàn.

Điều này thì chúng ta cũng không cần quan tâm, chỉ cần hiểu rằng cái cảm giác pháp trần là do Ý tiếp xúc với Pháp mà phát sinh và khi hiểu biết đúng sự thật thì không còn thích, không còn ghét, giải thoát khỏi nó là được rồi, không cần phải tìm hiểu sâu về những thứ đó nữa.

Câu 6.

6.1. Thưa Sư trong khoảng nửa năm trở lại đây con có một số sự thay đổi đột ngột và khác thường, không xuất phát từ nguyên nhân hay mục đích nào cả. Thay đổi về thói quen và khẩu phần ăn từ ăn mặn sang ăn chay trường mà không cần thời gian chuyển đổi thích nghi, không có cảm giác khó chịu. Cứ như là mình đã có thói quen từ rất lâu rồi, trước đây con không hề có mục đích hay ý định ăn chay để làm gì cả.

Trả lời

Điều mà quý vị chia sẻ thì giống như trong tâm lý học gọi là đa nhân cách. Trước đây là thích ăn mặn, bỗng dưng giống như thành một người khác là thích ăn chay, 2 nhân cách khác nhau.

Ví dụ như có một người thay tim ghép tạng, người này trước đây là ăn uống bình thường nhưng mà khi ghép tim của một cô gái biếng ăn thì bây giờ, hễ ngửi thấy mùi xào nấu là buồn nôn. Thế thì rõ ràng là trước kia trong bộ nhớ của người này không có thông tin về bệnh biếng ăn. Nhưng sau khi ghép tim thì có thông tin của cô gái mắc bệnh biếng ăn đó cho nên lộ trình tâm nó khởi lên, kích hoạt thông tin về biếng ăn, đưa đến cái biết ý thức, rồi cả một lập trình khởi lên làm cho người đó nghe thấy mùi xào nấu thì nôn oẹ.

Vậy thì điều mà quý vị đang nghi ngờ đây là **có một thông tin mới được lưu vào bộ nhớ** của quý vị đang hoạt động. Đương nhiên là quý vị không thể nào phân biệt được, không thể nào hiểu được cái gì đang xảy ra. Giống như người ghép tim đó, họ không thể nào hiểu được tại sao lại như vậy nhưng mà liên hệ với việc ghép tim của mình đến bệnh biếng ăn của cô gái thì họ hiểu rằng cái này là từ cô gái mà chuyển sang nhưng họ không hiểu được cơ chế của nó.

Nếu như là quý vị đang thích ăn mặn mà bỗng dưng quý vị chuyển sang ăn chay một cách đột ngột mà không cần thời gian chuyển đổi thích nghi, không có cảm giác khó chịu thì đây là một hiện tượng bất thường. Còn người đang thích ăn thịt, ăn mặn mà chuyển sang bắt buộc phải ăn chay thì rất là khó chịu, nếu ăn chay thì cũng phải luyện tập một thời gian mới được. Đó là những người bình thường.

Còn quý vị tham dự khóa tu này, quý vị thực hành cách ăn để thích nghi với mọi loại thức ăn thì quý vị có thể đang ăn mặn ở nhà nhưng mà nếu như tới đây quý vị ăn chay hoàn toàn, thích nghi với chuyện ăn chay ở chùa Trường Huệ thì đó là do tu tập Bát Chánh Đạo nên thích nghi được.

Nhưng mà vị này nói rằng là nửa năm trước, không phải là do tu tập như thế này thì là có một loại thông tin của người ăn chay được cài đặt vào trong bộ nhớ của quý vị.

6.2. Tự dưng con phát hiện mình biết một số kỹ năng mà chưa qua học tập và rèn luyện trước đó. Con xuất hiện một số cơn đau đầu nặng và trong ký ức xuất hiện hình ảnh và cảm giác của một người khác mà theo phục trang và hình ảnh xung quanh con nhìn thấy thì có khả năng người đó sống ở một thời đại cách đây khoảng vài trăm tới một ngàn năm trước. Cũng trong cơn đau đó con có một số linh cảm trong tương lai gần theo suy luận lý trí và logic thì chuyện đó khó có khả năng xảy ra nhưng kỳ lạ là nó xảy ra thiệt đó. Tất cả những chuyện này xảy ra trong lúc con hoàn toàn tỉnh táo minh mẫn, không có hôn trầm thụy miên lúc chập chờn nửa tỉnh nửa mê, cũng không phải thấy trong lúc thiền định. Con cũng khá hoang mang nhưng khi học bài hóa sinh mà Sư giảng, con không biết đó là do bộ nhớ tiền kiếp trong ADN tự mở ra hay là do có hóa sinh tác động. Thêm một điều là con cũng khá lo và nghi ngờ về sự tác động hóa sinh nữa là thời gian con lên được các tầng định khá nhanh, tất nhiên là con chỉ tham khảo so sánh với một số người để đối chiếu thôi chứ không có đủ mẫu dữ liệu để biết là mình có bình thường so với mặt bằng chung hay không. Con may mắn là hữu duyên được biết tới Gosinga qua khóa học online, trước đó con chưa biết gì về phật pháp và cũng không hề có bất cứ định nghĩa gì về thiền, cũng như không hề có khái niệm trạng thái định là như thế nào. Ngày đầu tiên trong buổi học online con thực hành theo Sư giảng và khoảng 1, 2 phút vào ngay được Nhị thiền sau khi học bài định, chứ lúc đó hoàn toàn không biết gọi tên cảm giác đó như thế nào và rất sợ hãi. Ngày thứ ba con vào được Tam thiền, ngày thứ năm tính theo buổi học online 2 giờ mỗi tối vào được Tứ Thiền. Trong bài hóa sinh Sư có nói đến vào định và học hiểu nhanh quá thì có khả năng do hóa sinh tác động chứ không phải do khả năng thực sự của mình bởi vậy nên bữa giờ con rất sợ. Con mong sư khai thị và cho con lời khuyên để con vững tâm hơn ạ.

Mọi cái kỹ năng là phải học tập, rèn luyện, không bao giờ có một kỹ năng, kinh nghiệm nào trong đời mà lại không học tập, rèn luyện. Có thể người này học tập, rèn luyện kỹ năng nào đó rất nhanh chóng thì nó còn phụ thuộc vào lượng thông tin ở trong bộ nhớ thuộc về tiền kiếp đã làm các nghề nghiệp đó, đã có kinh nghiệm đó, bây giờ học rất là nhanh và rất là giỏi. Còn những người mà kiếp trước chưa làm các nghề đó thì bây giờ học kỹ năng đó cũng rất lâu. Nhưng cho dù là kiếp trước đã làm thì kiếp này vẫn phải học kỹ năng đó, học nhanh hay chậm thôi.

Còn xuất hiện kỹ năng mà quý vị chưa bao giờ rèn luyện thì phải hiểu rằng thông tin về kỹ năng này được cài đặt vào bộ nhớ quý vị nên nó mới xuất hiện kỹ năng.

Quý vị chia sẻ như trên, tuy rằng quý vị băn khoăn nghi ngờ nhưng mà quý vị cũng

đã xác định rằng là có Hóa sinh tương tác với quý vị, cho nên là xuất hiện những hiện tượng đó. Và nếu đúng như quý vị đã trình bày thì chắc chắn rằng có Hóa sinh tương tác với quý vị. Tương tác được với nhau thì cũng có đồng nghiệp với nhau, có lượng thông tin tương hợp với nhau và ở các cái mức độ khác nhau. Trong quá trình học đạo này cũng có rất nhiều người do Hóa sinh tương tác mới đến được các khóa tu và thực hành.

Có những Hóa sinh có duyên, có nghiệp với cái giáo pháp này cho nên họ có duyên với quý vị và có thể tương tác, ta tạm gọi là dẫn dắt quý vị tiếp xúc với giáo pháp này rồi thực hành theo. Tôi cũng đã chứng kiến rất nhiều người có Hóa sinh tương tác, tiếp thu rất là nhanh và thực hành rất tốt. Nhưng cũng có hai loại, có những Hóa sinh có duyên nghiệp thì nó ủng hộ quý vị tu, rồi đồng hành suốt trong quá trình, cùng tu với nhau để cùng đạt kết quả.

Nhưng cũng có những Hóa sinh có điều kiện tương tác nhưng sau khi mà tương tác rồi thì xu hướng của Hóa sinh đó đi ngược lại với giáo pháp này cho nên nó chỉ tương tác một thời gian thôi.

Trường hợp này thì quý vị cứ thoải mái, yên tâm vì có sự trợ giúp của Hóa sinh cho nên sự thực hành của mình tốt đẹp, mỹ mãn, tích cực thực hành. Nhưng cũng lưu ý là lộ trình tâm có lúc là của Hóa sinh, có lúc là của quý vị cho nên quý vị phải cố gắng học tập, chánh tư duy để những kiến thức này, những kỹ năng trong thời kỳ tương tác với Hóa sinh nó trở thành kỹ năng của mình.

Cho dù lúc đó Hóa sinh không tương tác nữa thì quý vị vẫn giữ được những kỹ năng đó, vẫn có trí tuệ đó, có nhận thức, rồi có kỹ năng thực hành đó. Nếu như quý vị không biết mà cứ cho rằng là cái này của

mình, hoàn toàn đạt được rồi, thì đến khi Hóa sinh theo nghiệp của nó phản ứng ngược lại thì lại chống đối, xa lánh những điều đã học này. Còn nếu quý vị biết năng lực đó là do Hóa sinh tương tác thì phải cảnh giác ngay, phải lấy tiêu chuẩn những gì mình tiếp thu bây giờ là Giáo Pháp, là chính xác. Để khi Hóa sinh đi ngược lại với giáo pháp thì cũng không làm lay chuyển hiểu biết của mình.

Hóa sinh chống đối thì cũng rất nhiều, trước đây tôi cũng đã mô tả với quý vị là một khóa tu ở Vũng Tàu ở chỗ đó có một Hóa sinh rất là mạnh. Khi nghe giảng về điều này thì hóa sanh đó nó cũng tức tối, nó giận dữ, cho nên nó tương tác với ba người trong khóa tu. Ba người đều tả lại kinh nghiệm là cứ muốn là cầm một cái dao để đâm vào Sư Nguyên Tuệ thôi. Trong đó có cô Nga, cô cũng đã mô tả rằng đi sau Sư Nguyên Tuệ thì khởi lên ý muốn là muốn cầm một con dao để đâm

chết Sư Nguyên Tuệ, nhưng mà ngay lập tức thì cô suy nghĩ lại là làm sao lại có cái ý nghĩ rồ dại như vậy.

Khi mà cô suy nghĩ như vậy thì ý nghĩ kia chấm dứt. Thì cái ý nghĩ cầm một con dao để đâm Sư Nguyên Tuệ là thông tin, ý nghĩ của Hóa Sinh khởi lên, tác động vào người đó. Khi mà khởi lên như vậy thì lộ trình tâm của người đó sử dụng thông tin của mình khởi lên là tại sao lại có ý nghĩ rồ dại như vậy thì lúc đó chính hiểu biết của người đó đã đánh bại thông tin của Hóa sinh.

Cho nên **khi mà quý vị hiểu rằng có Hóa sinh tương tác thì phải cố gắng nỗ lực để thẩm thấu kiến thức này, thẩm thấu giáo pháp này, rèn luyện kỹ năng tu tập của mình.** Giả sử Hóa sinh cùng nghiệp với mình thì cái đó nó tăng trưởng thôi, không những là của Hóa

sinh mà nó sẽ được lưu vào bộ nhớ của mình làm cho nó là của mình thì cả hai sẽ cùng tiến triển, cùng chung nhau trên con đường này thì càng tốt. Nhưng Hóa sinh chỉ tương tác một thời gian, nghiệp của nó khác, đi theo cái nghiệp cũ thì là lúc đó quý vị đã cảnh giác rồi, quý vị hiểu rồi thì nó không thể dẫn dắt quý vị đi ngược lại con đường này được nữa.

Quý vị cứ yên tâm và cố gắng thực hành, cố gắng tư duy, cố gắng thấu hiểu và giữ vững những kiến thức này.

Câu 7. Thưa Sư, trong quá trình thiền hành con nắm chặt hai ngón tay cái, ghi nhận cảm giác này đan xen, con cảm nhận được hơi thở, cảm nhận hình ảnh rồi quay lại ghi nhận cảm giác hai ngón cái nắm chặt. Quá trình trên lặp đi, lặp lại, đầu óc con không hoặc rất ít suy nghĩ lung tung, nội tâm thấy vui nhẹ. Khi đi bộ như trên con thích thiền hành hơn là ngồi thiền vậy cái điều thích này có đúng hay là sai ạ?

Trả lời

Quý vị mô tả rằng quý vị ghi nhận cảm giác này đan xen, cảm nhận được cảm giác hơi thở, cảm giác hình ảnh rồi quay lại ghi nhận cảm giác hai ngón tay cái nắm chặt. Những sự ghi nhận này quý vị phải hiểu rằng **nó tự động ghi nhận từ đối tượng này sang đối tượng khác** chứ không phải mình phải điều khiển. Không phải mình ghi nhận cảm giác thở vô, thở

ra, cảm giác xúc chạm rồi là cảm giác hình ảnh, rồi quay về ghi nhận cảm giác ngón tay cái nắm chặt mà phải hiểu, phải kinh nghiệm nó tự động, mình không phải làm gì cả.

Mình chỉ cần làm một việc là nhớ đến ngậm chặt răng lưỡi và nhắc thầm “răng, răng” theo nhịp để **nhớ đến chú tâm cảm giác răng lưỡi**, chỉ có thế thôi. Còn chú tâm mọi đối tượng khác nó sẽ tự động khởi lên. Chú tâm thì nó đi liền với ghi nhận, chú tâm ghi nhận nó tự động khởi lên từ đối tượng này sang đối tượng khác.

Quý vị thực hành tốt hơn khi tọa thiền cho nên quý vị thích đi thiền hành hơn. Thì điều này phải hiểu rằng khi quý vị đi thiền hành, quý vị cũng sẽ thấy rằng rất là ít suy nghĩ, gần như không suy nghĩ thì lúc đó là quý vị có thể vào được Sơ thiền, lộ trình tâm lúc đó là Bát Chánh Đạo. Khi đó tuy

rằng quý vị cảm nhận như vậy, cảm nhận trạng thái vui nhè nhẹ đó, nhưng trong khi đi như vậy, trong trạng thái Sơ thiền như vậy thì lúc đó không có khởi lên thích mà chỉ cảm nhận cảm giác vui nhè nhẹ, thoải mái thôi, phải kinh nghiệm rõ ràng như vậy. Lúc đó không có tâm hành thích.

Còn khi quý vị ra khỏi Sơ thiền, không đi thiền hành nữa, quý vị so sánh giữa trạng thái đi thiền hành với trạng thái tọa thiền thì quý vị khởi lên là thích đi thiền hành hơn thì cái thích đó là khi quý vị không tu tập nó quay trở về lộ trình tâm Bát Tà Đạo.

Lộ trình tâm Bát Tà Đạo lúc này tư duy so sánh trạng thái thiền hành với trạng thái tọa thiền, thấy trạng thái thiền hành có vui thoải mái hơn hẳn trạng thái tọa thiền cho nên cái biết ý thức khởi lên thì sẽ thích thiền hành thôi, đó là Bát Tà Đạo.

Còn nếu như nhận thức Bát Chánh Đạo thì phải làm sao để mình tọa thiền đúng, để mình có được trạng thái vui, thoải mái, và cái trạng thái vui, thoải mái khi tọa thiền nó hơn hẳn cái thiền hành. Vì tọa thiền còn có thể lên Nhị thiền, Tam thiền, Tứ thiền thì vui, thoải mái còn hơn cả khi thiền hành. Quý vị phải tư duy như vậy.

Câu 8. Thưa sư, khi ứng dụng pháp của sư vào trong cuộc sống hàng ngày con thấy khi có các xúc nhẹ và vừa thì con kịp thời quán và hiểu rằng nó chỉ là cảm giác. Nhưng khi có các xúc mạnh, đặc biệt liên quan tới chồng, con cái thì tư tưởng làm chủ, tư tưởng sở hữu rất mạnh nên con nổi sân, lúc đó không kịp quán. Sau khi sự việc xảy ra rồi ngồi thiền buổi tối con hay quán chiếu các sự vật, hiện tượng đó trên các lộ trình tâm để nhận biết sâu sắc hơn: đó chỉ là cảm giác mà đã là cảm giác thì vô thường, vô chủ, vô sở hữu. Có những lần con phải quán rất nhiều thời thiền mới hết, vậy con thực hành như vậy đã đúng chưa ạ?

Trả lời

Quý vị thực hành như vậy rất là đúng rồi. Khi mới thực hành thì chúng ta thành công với những đối tượng trung bình và kha

khá, còn những đối tượng mà **tư tưởng làm chủ, sở hữu mãnh liệt** như trong gia đình: với chồng, với con, với một số sự việc, tài sản trong gia đình thì tư tưởng làm chủ, sở hữu, điều khiển khởi lên mạnh thì lúc đó Chánh kiến chưa thắng được, chưa nhiếp phục được. Vì vậy quý vị cũng thấy rằng sau đó quý vị phải quán đi, quán lại, rất nhiều thời thiền mới thông tỏ được. Thế thì cái pháp học của quý vị rất là tốt rồi và bây giờ cần pháp hành để Chánh Kiến mạnh hơn, thường xuyên hơn, tốt hơn.

Nếu quý vị thực hành, có thể khi đối diện với những sự kiện đó, tà niệm khởi lên, cái tư tưởng làm chủ, sở hữu khởi lên thì sân cũng khởi lên liền bởi vì khi mà cái gì đạt được như ý mình thì phù hợp với tư tưởng làm chủ, sở hữu, còn trái với ý mình, tức là ngược lại với tư tưởng làm chủ, sở hữu, không làm chủ được, không điều khiển được thì sân nó khởi lên. Thì quý vị cũng

đã hiểu được là phải quán nó là cảm giác, quán vô chủ, vô sở hữu để chấm dứt tư tưởng làm chủ, sở hữu.

Có thể bây giờ thì sân đã khởi lên rồi, nửa giờ sau chánh kiến mới khởi lên, quý vị mới thấy cái sai lúc đó, nửa tiếng sau quý vị mới quán được. Nhưng dần dà quý vị sẽ thấy những sự việc như vậy sẽ rút ngắn thời gian lại. Có thể Sân vẫn khởi lên, nhưng mà chỉ 15 phút sau là quý vị khởi lên Chánh kiến được, quán lại được. Rồi dần dần sẽ rút xuống 5 phút, một phút - Sân lên nhưng 1 phút sau là quán được, Chánh kiến lại khởi lên, rồi cũng dần dần là chỉ nửa phút thôi, Sân khởi lên là Chánh kiến sẽ khởi lên hoặc khoảng vài ba giây thì chánh kiến là có mặt, chấm dứt cái Sân đó ngay.

Nhưng có những lúc, cái tà kiến khởi lên, vừa khởi lên 1 tí biểu hiện của Sân thôi thì

Chánh kiến có mặt ngay, Sân chấm dứt ngay. **Đây là một quá trình cần phải rèn luyện liên tục** rồi tần suất của nó sẽ giảm dần, cái độ trễ giữa hành vi sân và chánh kiến nó sẽ dần dần rút ngắn. Đến khi có một Tà kiến vừa mới khởi lên thôi thì Chánh kiến có mặt ngay, Sân chưa khởi lên, chưa biểu hiện ra ngoài bằng lời nói hành động hoặc là ánh mắt thì Chánh kiến đã có mặt chấm dứt Sân liền. Cái này quý vị phải tu tập rồi dần dần sẽ kinh nghiệm được.

Câu 9. Thưa sư, con đã được dạy về Bát Tà Đạo và Bát Chánh Đạo, hiểu về con đường chấm dứt khổ vui. Tuy nhiên khi áp dụng vào cuộc sống, con chưa phân biệt được các nhu cầu thiết thực của cuộc sống như: ăn uống, đi lại, học tập liệu có phải là Tham hay không? Đức Phật dạy về các đạo, pháp để phổ độ chúng sinh. Ở chùa có các bàn thờ Phật và người đi chùa thường cầu bình an, cầu hạnh phúc, cầu duyên thì liệu có phải là đi ngược lại với con đường chấm dứt khổ vui mà Đức Phật dạy không?

Trả lời

Các nhu cầu: ăn uống, đi lại, học tập, các nhu cầu của cuộc sống. Thì quý vị thấy rằng trước kia mình vẫn làm các việc đó, thoả mãn các nhu cầu đó bằng cái lộ trình tâm Bát tà đạo, bằng tham, bằng sân hoặc là si. Còn bây giờ, quý vị vẫn thoả mãn các nhu cầu đó (ăn, uống, sinh hoạt, đi lại,..)

nhưng bằng cái tâm Bát Chánh Đạo, bằng Chánh niệm. Quý vị phân biệt như vậy.

Điều này cũng khẳng định rằng chúng ta tu tập là **đổi tâm chứ không phải là đổi cảnh**. Đổi tâm từ lộ trình tâm Bát Tà Đạo sang lộ trình tâm Bát Chánh Đạo. Trước kia quý vị thỏa mãn các nhu cầu đó với lộ trình tâm Bát Tà Đạo với Tham, Sân, Si cho nên dù thoả mãn các nhu cầu đó để hết khổ được vui nhưng chỉ đổi cái khổ này lấy khổ khác thôi; còn bây giờ quý vị vẫn thỏa mãn các nhu cầu đó, nhưng mà thỏa mãn với lộ trình tâm Bát Chánh Đạo thì đưa đến hết khổ chứ không còn đổi khổ này lấy khổ khác nữa.

Ý thứ hai, nếu nói Đức Phật phổ độ chúng sinh hay đi chùa cầu an, cầu duyên thì điều này quý vị học rồi quý vị cũng sẽ tự xác định được là điều này không thuộc giáo lý mà Đức phật dạy. Đức Phật chỉ là người chỉ đường thôi, còn chúng ta phải tự mình thực hành Bát Chánh Đạo, Tứ Niệm

Xứ mới chấm dứt khổ, còn Đức Phật không chấm dứt khổ được cho ai cả. Còn nói đạo Phật là độ tất cả chúng sinh thì đó là trái với đạo Phật thật, trái với giáo pháp này.

Việc đi chùa cầu bình an, cầu hạnh phúc, cầu duyên… thì là đổi cảnh chứ không phải đổi tâm. Còn ở đây thực hành để đổi tâm chứ không phải đổi cảnh. Nếu như cầu an, cầu lộc, cầu phúc thì là cầu cho tương lai, để hết khổ trong tương lai. Còn đạo Phật thật là chấm dứt khổ ngay bây giờ và tại đây, ngay trong hiện tại này. Cái này thì quý vị cũng trạch pháp được.

Câu 10. Thưa sư, bây giờ sư đã lớn tuổi rồi, vậy sau khi sư Nguyên Tuệ nhập diệt rồi thì những thiền sinh mới và cũ sẽ tiếp tục tu tập như thế nào vậy ạ? Và sau khi sư nhập diệt, các đạo hữu mới có thắc mắc cần giải đáp thì hỏi ai, hỏi như thế nào ạ?

Quý vị học cái bài **“Nhất dạ hiền giả”** rồi phải không nào. Cái mà quý vị cần làm là Tuệ quán trong hiện tại, không truy tìm quá khứ, không ước vọng tương lai. Hiện tại đang thế này thì cứ biết là hiện tại này.

Đương nhiên, không ước vọng tương lai, tức là không ước vọng sư Nguyên Tuệ sẽ là sống lâu để mà cùng với quý vị tu tập, nhưng mà cái câu hỏi của quý vị đặt ra cái vấn đề về tương lai như vậy thì quý vị thấy rằng là cái điều này nó tùy thuộc vào cái duyên nghiệp của từng người. Cho nên là quý vị cũng không cần phải băn khoăn. Hiện nay quý vị thấy rằng quý vị học đó, quý vị thực hành đó nhưng tôi có ở chùa Trường Huệ hiện nay đâu, nhưng mà quý vị vẫn học được, vẫn thực hành được.

Cho nên, bây giờ là cái giáo trình nó đã tương đối hoàn chỉnh, tương đối đầy đủ, bao gồm là các cái video trình chiếu, rồi các cái quyển sách,... nó cũng tương đối đầy đủ rồi. **Ai có duyên thì sẽ bắt gặp!** Có tôi đây mà không có duyên thì cũng không bắt gặp giáo pháp này, mà không có tôi mà có duyên thì người đó cũng sẽ là bắt gặp, sẽ có điều kiện để tu tập.

Còn cái chuyện hỏi và giải đáp, thì bây giờ quý vị có cái điều kiện trực tiếp như thế này, quý vị muốn hỏi gì thì quý vị có thể hỏi. Quý vị sẽ thấy những cái giải đáp này nó rất là nhiều rồi, gần như là đầy đủ mọi cái lĩnh vực. Tôi cũng trả lời đi trả lời lại những cái vấn đề mà quý vị đã hỏi trước đây thôi. Có thể rằng là có một vài khía cạnh mới nhưng mà nó cũng không phải là chưa bắt gặp.

Sau này, đội ngũ Gosinga sẽ tổng hợp lại, sẽ đưa ra các cái thống kê lại, rồi là phân loại lại theo từng đề mục các câu hỏi đó để mọi người có thể là truy cập hoặc là ban tổ chức có thể đưa ra cái lời giải đáp rất là nhanh chóng.

Quý vị thấy rằng cái trí tuệ nhân tạo đang rất phát triển, vậy thì nếu như là những cái câu trả lời của tôi nó đầy đủ mọi lĩnh vực

từ trước đến nay, nếu tập hợp lại, nếu như có một cái con chatbot nó có khả năng thì quý vị hỏi bất kỳ cái gì cũng đều được trả lời. Anh Tuấn Hà đang còn có cái ý muốn làm sao để tạo riêng một Chatbot, để có thể tổng hợp tất cả những cái kiến thức này cho cái robot đó. Nó có thể trả lời bất kỳ cái vấn đề nào khi mà nó có khả năng lục tìm một cách nhanh chóng các cái câu trả lời mà tôi đã trả lời cho quý vị. Cho nên là quý vị không phải lăn tăn gì về những cái chuyện đó.

Tương lai thì những cái công nghệ thông tin nó phát triển, rồi giúp cho chúng ta học tập nó dễ dàng hơn. Quý vị thấy rằng, cách đây là năm sáu năm chẳng hạn thì làm gì mà chúng ta có thể là hỏi đáp trực tuyến trên zoom như thế này được. Trước kia, nếu như là tôi trả lời ở chùa Trường Huệ thì làm sao mà trả lời được ở Kim Mã như bây giờ. Vì vậy là quý vị thấy rằng công nghệ ngày càng phát triển thì chúng

ta cũng sẽ sử dụng công nghệ này để truyền bá về kiến thức, kỹ năng này ngày càng dễ dàng hơn, đủ kiểu hơn.

Câu 11. Có ai khi chết đi thẳng vào thai sinh không, hay tất cả đều phải trở thành hoá sanh rồi hết thời gian mới vào thai sanh?

Đương nhiên là quý vị sẽ thấy rằng để vào thai sinh thì phải qua cái trung gian là hóa sanh. Không có cái gì có thể là đi trực tiếp vào thai sanh hoặc trứng sanh cả.

Cho nên là quý vị thấy rằng chỉ khi nào mà hiểu được vật lý lượng tử, hiểu được cái lượng vật chất sóng hạt, cái tính chất của nó thì mới có thể giải thích được cái tương tác giữa hoá sanh và con người, mới là giải thích được một người chết thì cái lượng thông tin làm sao mà truyền được từ người đó vào thai sinh và trứng sanh, thì phải qua trung gian là hoá sanh.

Vì vậy một số tông phái Phật Giáo trước đây, không có những kiến thức này nhưng họ cũng thấy phi lý, không thể nào là đi trực tiếp từ một người chết vào thai như là một số quan điểm chủ trương. Ví dụ như là có một số trường phái bây giờ chủ trương chết là vào thai liền, chết là tái sinh liền. Làm sao mà từ người chết vào được thai?

Nếu như là theo quan điểm linh hồn thì cái linh hồn rời khỏi thể xác thì đi vào bào thai theo cái kiểu là lập tức như vậy, nhưng mà Phật giáo không không chủ trương có linh hồn. Kể cả là nói cái gì thì tái sinh cũng không rõ ràng ,không giải thích được. Thế thì cái gì từ người chết vào thai sinh, trứng sinh? Phải có một cái khoảng trung gian, đó chính là một cái loại vật chất mang lưỡng tính sóng hạt và đương nhiên là cái trung gian đó là hoá sanh.

Quý vị cũng đã thấy rồi, cái hoá sanh nó không thể nào là ngay lập tức từ người chết sang là thai sinh được, mà phải có thời gian. Cái thời gian dài hay ngắn thì nó phụ thuộc vào nghiệp lực của cái người chết, cái nghiệp đã tạo ra trước đó. Cũng có thể là một ngày, có thể rằng là cả hàng ngàn năm, có thể rằng là vài ba ngày, nhưng cũng có thể là vài ba giây cũng nên. Cái này thì chúng ta không khẳng định được, không biết được cụ thể bởi vì chúng ta chỉ hiểu nguyên tắc thôi, hiểu định định tính thôi, chứ không đi đến cái định lượng như là khoa học nghiên cứu cái định lượng.

Vì vậy quý vị hiểu rằng hóa sanh phải có một lượng thời gian tồn tại, nhưng mà thời gian đó là dài hay ngắn thì nó **tùy thuộc vào cái nghiệp mà cái người người chết đó đã tạo tác** trong cái đời sống.

Câu 12. Khi rơi vào cảnh giới hoá sanh, làm sao để nhớ được thực tại chỉ là cảm giác và nhớ lại tiến trình Bát Chánh Đạo đã từng tu tập khi sống?

Điều này thì phụ thuộc vào cái sự tu tập hàng ngày của quý vị. Quý vị hiểu rằng là **các cái trạng thái tâm** cho dù là Bát tà đạo hay là Bát chánh đạo thì đều được lưu vào cái bộ nhớ trong cái cấu trúc ADN. Thế thì quý vị phải thấy rằng nếu như mà hàng ngày quý vị tụ tập, đặc biệt là quý vị quán Thọ và quán Tâm, quý vị dành nhiều thời gian để quán sát về **cái cảm giác pháp trần** thì đương nhiên là cái hiểu biết đó, cái tuệ tri đó được lưu giữ vào cái bộ nhớ của tâm thức. Quý vị mà thực hành càng nhiều, hiểu biết càng sâu sắc thì cái lượng thông tin, cái hiểu biết đó, cái trí tuệ Minh đó nó được lưu giữ vững chắc trong bộ nhớ, nó là nổi bật trong cái bộ nhớ.

Vì vậy nếu như là quý vị còn tái sinh, sau cái chết mà còn hóa sanh thì với người mà ít tu tập, người mà không quán cảm giác

pháp trần nhiều, người mà cái trạng thái tâm bát chánh đạo ít, nó lưu giữ vào cái bộ nhớ ít, cái đó nó khởi lên ít thì cái lộ trình tâm Bát tà đạo là nhiều, cái lượng thông tin là nhiều, thì cái lộ trình tâm của hoá sanh nó khởi lên chủ yếu là những lộ trình tâm Bát tà đạo. Còn với người tu tập nhiều, cái trạng thái định lưu vào đó nhiều, cái tuệ lưu vào đó nhiều (nhưng mà chưa đủ để chấm dứt tái sinh trong tiến trình chết) thì khi chết, hoá sanh xuất hiện, thông tin Minh nổi trội, các trạng thái định đó nổi trội, cho nên theo quy luật lộ trình tâm của hoá sanh khởi lên phát sinh các cảnh giới an lành, các trạng thái tâm vui- thoải mái, hỷ lạc nội tâm. Rồi cái tuệ tri về cảm giác pháp trần nó khởi lên, và hoá sanh nhớ được ngay những cái này là cảm giác pháp trần.

Và quý vị hiểu rằng khi mà mơ mà biết rằng mình đang mơ thì cái lúc đó làm gì có thích, có ghét, có sợ hãi với những cảnh

trong mơ nữa. Còn khi mơ mà quý vị không biết là mình đang mơ thì những cái giấc mơ khủng khiếp, những cảnh tượng đó làm cho quý vị hoảng sợ kinh khủng. Thì cũng y như vậy, khi cái lộ trình tâm của hoá sanh nó khởi lên những cái trạng thái Hỷ lạc của Chánh Định, rồi là các cái hình ảnh, âm thanh,.. ở trong bộ nhớ đều khởi lên, nhưng mà với cái tâm an lành, với cái Hỷ lạc thì lúc đó là hoá sanh không có cái khổ sở nào.

Nhưng mà đặc biệt là không có khổ sở, cũng không có thích thú, vui mừng. Bởi vì đó là cái trạng thái tâm Bát Chánh Đạo và đặc biệt hiểu được những cái này là cảm giác pháp trần như khi quý vị quán Thọ, quán Tâm thì là nó cứ diễn tiến như vậy thôi. Cho nên khi đó là trạng thái tâm đó là bát chánh đạo và nó diễn tiến, diễn tiến cho hết cái nghiệp đó thì lúc đó là nhập diệt, không còn vào thai sinh, trứng sinh nữa. Cho nên là để sau khi chết, hóa sanh

nhớ được cái điều đó thì hàng ngày quý vị phải tu tập, quý vị phải là tích lũy những cái trạng thái tâm Bát Chánh Đạo đó, tích luỹ cái trí tuệ đó vào trong bộ nhớ thì lúc chết phát sinh hóa sanh thì những cái đó nó tự động khởi lên thôi.

Câu 13. Khi trí nhớ chánh của mình còn yếu, có phải mình nên hạn chế giao tiếp, gần gũi những người, những thông tin, những môi trường tạo Duyên kích hoạt lộ trình trí nhớ là Bát Tà Đạo để cho tà niệm không khởi lên không ạ?

Đương nhiên là quý vị sẽ thấy rằng khi mà mình tu tập còn yếu, mình đang còn bị chi phối bởi rất là nhiều

1:12

cảnh bên ngoài rồi thì ta niệm của mình Khởi lên thì là mình phải né tránh những cái chỗ đó cho nên là cái biện pháp né tránh lúc đầu mình chưa Mạnh thì mình cũng phải là né tránh gọi là yếu là không ra gió nó tương tự như vậy câu 11 con xin

tri ân sư vì đã cho con biết đến sự thật cuộc sống một sự thật dù khốc liệt Nhưng vẫn nhìn thấy lối ra nhìn thấy con đường chấm dứt khổ đau trước kia Con đã nhiều lần nghĩ đến việc tự tử vì cảm thấy chán nản sự hiện hữu sự vô nghĩa của đời sống nhờ biết đến sư Con quyết định sẽ ráng sống tiếp ráng nỗ lực để không còn bao giờ còn phải hiện hữu nữa con mong sư cho con xin một vài lời động viên được không ạ Nhận thức như thế này thì rất là tốt rồi động viên quý vị là quý vị phải là tích cực cũng tập để là và quý vị phải xác định rằng đây là cái kiếp sống cuối cùng sau khi kiếp sống này là không còn có một cái kiếp sống nào khác nữa Chúc quý vị là tinh tấn là tu tập tôi sẽ trở lại với một câu hỏi cuối cùng của bên cái câu tiếp cái mã là xin số giải thích rõ ràng hơn giúp con để con hiểu được sâu sắc hơn câu quả của nghiệp là bất khả tư nghị cái chữ này quả của nghiệp là bất khả tư nghị là ý nói cái câu này là để nhấn mạnh cái hiểu biết sai là của con người một nhân sinh quả và cái

hiểu biết sai là của cốt của tôn giáo bây giờ giải thích những cái quả xảy ra trong kiếp này này mạnh khỏe hay là ốm đau hay là tai nạn này hay là tai nạn khác thì đều do là nghiệp trong quá khứ đã gây nên theo cái kiểu là một nhân sinh ra một quả hiểu rằng là trong cái bài nghiệp nhân nghiệp quả trong cái bài Lý Duyên khởi đã hiểu rằng là bất kỳ cái quả nào đều là do hai nhân tương tác với nhau nó mới phát sinh quả cho nên là nếu như là chỉ là một nhân Thôi thì không thể nào là phát sinh ra quả không thể nào là một nhân mà Biến đổi ra quả được mà phải là hai nhân hai nhân đó phải tương tác với nhau quý vị thấy rằng là kỳ cái lý do Khởi sự thật về Lý Duyên khởi ngay cái cái từ ngữ này cái thuật ngữ là Duyên khởi các pháp là Pháp Duyên khởi là một cái từ ngữ mà Đức Phật đã dạy công chế định lên thực chất của lý nhân quả là nêu lên cái quy luật vị trí nhất thời là nếu lên cái quy luật nhân quả Nhưng mà không dùng cái từ là nhân quả bởi vì từ nhân quả là dẫn đến là cái hiểu

lầm ngay con là cái lý Duyên khởi là để nói rằng là các pháp là do duyên mà Khởi lên chứ không phải là do nhân biến đổi mà thành thì nói cái chữ nhân quả thì người ta hiểu ngay là là các quả là do nhân biến đổi mà thành do nhân mà thành con nó là nói Duyên khởi thì là cái ngụ ý rằng phân biệt được các pháp là do duyên mà Khởi lên do tương tác mà Khởi lên chứ không phải là do nhân biến đổi mà thành vì vậy quả của nghiệp thì nó phải là do hai nhân tương tác với sao mà phát sinh ra mà Vậy thì là một nhân ở quá khứ và một cái nhân ở hiện tại tương tác với nhau gọi là duyên nhau mới Khởi lên cái quả gọi là quả của nghiệp vậy thì là cái quả của nghiệp nó phải là do tương tác do duyên của nhân quá khứ của nghiệp quá khứ của nghiệp Nhân Quá Khứ Và cũng nghiệp nhân hiện tại hai cái nghiệp nhân đó quá khứ và hiện tại tương tác với nhau nó mới phát sinh ra nghiệp quả cho nên rằng là nếu như là theo cái quan điểm hiện nay giải thích rằng là những cái sự kiện mà con người

gặp trong đời những cái quả vui quả khổ thì đều là do nghiệp quá khứ Khởi lên mà người ta không nói đến nghiệp nhân hiện tại để nói rằng là đó là cái hiểu biết một chiều về quả của nghiệp thế bây giờ là chúng ta nói rằng là quả của nghiệp là do là hai nhân nghiệp nhân đời trước và nghiệp nhân đời này tương tác với nhau mà phát sinh cho nên nếu như là nói là quả của nghiệp khi mà nhìn thấy nghiệp nhân đời trước và là là là nói nhân quả thì quả là tạm gọi chúng ta nói là bất khả tư nghị không thể yêu là là là nói [âm nhạc] là là là là tính toán ra nó được không thể chỉ bay ra nó được bởi vì nó còn phụ thuộc vào cái nhân hiện tại này nhân hiện tại như thế nào nó tương tác với nhân quá khứ nó mới phát sinh ra quả cho nên là cái quả này là nó không phải là do nghiệp quá khứ mà phát sinh ra cho nên nói để mà nói là ngày cái cái quả của nghiệp là bất quá quả của nghiệp không phải là do một một nghiệp nhân trong quá khứ của các đời trước mà phát sinh ra mà nó còn phụ

thuộc vào cái nhân đời này Nhân đời này thế nào chưa có thể biết nó tùy khi nào mà nó xuất hiện nó tương tác thì lúc đó nó mới xảy ra cho nên ta nói cái chúng ta quả của nghiệp là bất khả tư nghị là ý là như vậy rồi là câu 3 Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật Kính thưa sư con có băn khoăn này mong thầy giải đáp cho con con đã được dạy về à cái câu này tôi trả lời rồi câu cuối cùng do là người lần đầu nghe giảng nên nhiều từ mang tính Phật Học con nghe chưa kịp hiểu rất mong ban tổ chức có giải nghĩa các từ Phật Học gửi được cho chúng con để khi nghe giảng chúng con có thể hiểu bài tốt hơn Con xin cảm ơn sư ạ quý vị phải hiểu rằng là phật học là một môn học giống như là các cái môn vật lý toán học và vân vân thì nó phải có các cái thuật ngữ riêng các cái khái niệm riêng cho nên là trong quá trình học lưu ý vì mới tiếp cận với các cái thuật ngữ Phật học rồi qua cái việc học đó quý vị mới hiểu được là các cái khái niệm phật học các cái thuật ngữ ám chỉ khác cái khái

niệm đó bây giờ là quý vị nói rằng là đưa ra các cái từ khác dễ hiểu hơn cái tương đương thực sự là nó không thể được là bởi vì là nếu như là đưa ra một cái từ mới thì quý vị lại phải giảng giải cái từ mới đó mà nó mang cái nội dung gì Vì vậy là quý vị sẽ thấy rằng là quý vị phải chấp nhận cả cái thuật ngữ Phật học Hán Việt một số cái từ phần ngữ Phật học mà nó mang cái nội dung tiếng Việt thì tôi đã cố gắng là chuyển sang cái tiếng Việt nhưng mà quý vị sẽ thấy rằng là có một số thuật ngữ không thể nào là quý vị Ờ chưa học mà quý vị hiểu được chuyển sang từ khác ví dụ như là quý vị học môn học học môn Toán thì nó có các khái niệm có cái thuật ngữ của môn Toán EQ nếu như là người mà đang học lớp 3 lớp 4 về Toán thì lúc đó là người đó không thể nào hiểu được là kỳ từ là tích phân vi phân phải hay là lên đến phổ thông trung học mới ấy mới là là là hiểu được ngay là quý vị là thấy rằng là đầu tiên đi học môn Toán nếu như là không học chưa học bao giờ đưa ra cái

thuật ngữ là cộng trừ nhân chia thì làm sao mà giải thích cái thuật ngữ cộng trừ nhân chia mà người chưa học toán bao giờ hiểu được cho nên là người đó học toán người đó mới bắt gặp cái là từ ngữ cộng trừ nhân chia và trong quá chương trình học người đó hiểu cái từ cộng là để ám chỉ cái gì cái từ từ nhân chia ám chỉ cái gì rồi thì là quý vị học lên quý vị nói là cái từ là hình học khi mà quý vị phải học đến cái lớp đó quý vị bắt tử hình học rồi quý vị mới học hình học bởi vì mình hiểu được cái nội dung của từ hình học là nói ám chỉ cái gì không thể nào mà bây giờ một người không học toán quý vị có đưa cái từ hình học từ đại số cái từ gì Giải thích người đó người đó không bao giờ hiểu được Ý Như vậy Phật học quý vị cũng phải học quý vị cũng bắt gặp các cái từ các khái niệm phật học và quý vị phải học quý vị mới biết rằng là từ ngữ đó diễn tả cái gì là là nghĩ rằng là bây giờ phải dùng cái từ là quý vị hiểu ngay thì là không thể được đương nhiên là quý vị phải học dân gian

không phải học một lần mà hiểu được ví dụ như là những cái tư duy mà có thể là chuyển sang tiếng Việt thì tôi cũng dần già tôi cố gắng chuyển sang tiếng Việt nhưng mà kể cả tiếng Việt thì quý vị cũng phải học mới là quý vị hiểu được ví dụ như là cái từ là chú tâm không tầm không Tứ và chú tâm có tầm có tứ là thuật ngữ Phật học tiếng Hán Việt nói ra là quý vị không hiểu Nhưng mà bây như thế là tôi dùng cái từ là cái chú Tâm tập trung chú Tâm liên tục mà tập trung thay cho cái từ là chúng tâm có tâm của tứ rồi chú ta thì quý vị có thể rằng là dựa vào kinh nghiệm của mình có thể là hiểu được cái chú Tâm liên tục không tập trung nhưng mà khi tôi nói đến chú Tâm liên tục không tập trung tuy rằng là tiếng Việt nhưng mà nghe lần đầu quý vị không bao giờ hiểu được là chú Tâm liên tục mà không tập trung là như thế nào cả Không ai hình dung ra nổi Thế thì quý vị phải học quý vị được là Giảng là quý vị phải là vừa chú tâm nơi răng lưỡi vừa chú tâm vào cái kim giây đồng hồ đang chạy

vừa là Nghe giảng vừa thực hành quý vị kinh nghiệm được cái trạng thái đó và lúc đó quý vị hiểu cái từ Tôi đặt ra là chú Tâm liên tục không tập trung là như như vậy rằng là quý vị tôi đã trả lời các câu hỏi do là khóa tu chùa trường Huệ gửi lên cũng như là các câu hỏi lên và bây giờ tôi xin trả lại chương trình cho ban tổ chức chúc tất cả quý vị thiền sinh tinh tấn tu tập và chấm dứt khổ ngay bây giờ và tại đây Giảm thiểu cái đời khổ đời sống khổ trong đời sống này và trong cái tiến trình chết thì có thể là chấm dứt tái sinh tại đó Và nếu như là không chấm dứt tái sinh tả trong tiến trình chết thì có thể rằng là chấm dứt tái sinh trong cái đời sống phát sinh tạm biệt tất cả quý Nam Mô Bổn Sư Thích Ca Mâu Ni Phật Xin chào Kim Mã